

RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE

FLAG-FOOTBALL



SAISON 2025-2026

Modifié le 10-06-2025

RSEQ
LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

Table des matières

ART. 1	RÈGLEMENTS OFFICIELS EMPLOYÉS.....	3
ART. 2	IDENTIFICATION DES CATÉGORIES	3
ART. 3	SURCLASSEMENT / CHEVAUCHEMENT	3
ART. 4	COMPOSITION D'UNE ÉQUIPE	4
ART. 5	FORMULES DES RENCONTRES.....	4
ART. 6	DURÉE DES PARTIES.....	4
ART. 7	CLASSEMENT.....	5
ART. 8	ÉQUIPEMENT	6
ART. 9	CHAMPIONNAT RÉGIONAL SCOLAIRE	7
ART. 10	RÉCOMPENSES.....	8

ART. 1 RÈGLEMENTS OFFICIELS EMPLOYÉS

Les règlements officiels employés sont ceux reconnus par la Fédération de Football Québec.

Les règlements spécifiques du RSEQLL ont préséance sur les règlements de la Fédération de Football Québec si ceux-ci sont plus restrictifs.

Les règlements administratifs du RSEQLL doivent être respectés.

ART. 2 IDENTIFICATION DES CATÉGORIES

Catégorie	Date de naissance
Benjamin	1 ^{er} octobre 2011 au 30 septembre 2013
Cadet	1 ^{er} octobre 2009 au 30 septembre 2011
Juvenile	1 ^{er} juillet 2007 au 30 septembre 2009

2.1 Inscription des équipes

Par catégorie de jeu (benjamin, cadet et juvenile), une école peut inscrire une ou plusieurs équipes en division 3, mais une seule équipe par niveau de jeu en division 4.

ART. 3 SURCLASSEMENT / CHEVAUCEMENT

3.1 Surclassement

Le surclassement est autorisé.

3.2 Chevauchement

Un élève-athlète perd son admissibilité à la catégorie et/ou niveau inférieur lorsqu'il participe activement à plus de 2 parties dans la catégorie et/ou niveau supérieur.

ART. 4 COMPOSITION D'UNE ÉQUIPE

Division 3

Maximum : 20 joueurs

Minimum : 9 joueurs

Une équipe qui n'a pas 9 joueurs est pénalisée pour avoir retardé la partie (pénalité sans option, 10 verges) et perd ses choix lors du tirage au sort de la 1re et 2e demie.

Division 4- niveau 1 et 2

Maximum : 20 joueurs

Minimum : 7 joueurs

ART. 5 FORMULES DES RENCONTRES

Benjamin : Tournois de fin de semaine, le dimanche

Cadet : Tournoi de fin de semaine, le samedi

Juvenile : Des parties sur semaine

ART. 6 DURÉE DES PARTIES

6.1 **Déroulement d'une partie**

La partie se déroule en 4 quarts de 15 minutes chacun, en temps continu, soit 60 minutes au total. À 5 minutes de la fin de chaque demie, l'arbitre signale aux 2 équipes qu'il reste 2 minutes avant les 5 jeux. À 3 minutes de la fin de chaque demie, l'arbitre signale qu'il reste 5 jeux avant de terminer cette demie. Ces jeux excluent les convertis, les bottés d'après touchés et les jeux repris à cause de pénalités.

N.B. : Les équipes changent de côté à chaque quart.

6.2 **Temps mort**

Chaque équipe a droit à 2 temps morts, non cumulatifs, de 60 secondes par demie. Dès que le temps mort est terminé, le jeu doit reprendre immédiatement. Si une équipe retarde la reprise du jeu, elle sera pénalisée. L'arbitre signale qu'il reste 10 secondes au temps mort en levant le bras.

6.3 **Nombre d'essais**

Benjamin, cadet (F & M) et juvénile féminin :

Pour obtenir un premier essai, l'équipe offensive dispose de 4 essais pour franchir 10 verges. De plus, durant ces 4 essais, elle doit compléter 2 passes au-delà de la ligne de mêlée pour que le premier jeu lui soit accordé.

Juvenile masculin :

Pour obtenir un premier essai, l'équipe offensive dispose de 4 essais pour franchir 15 verges. De plus, durant ces 4 essais, elle doit compléter 3 passes au-delà de la ligne de mêlée pour que le premier jeu lui soit accordé.

ART. 7 CLASSEMENT

7.1 **Points au classement**

- 8 points sont accordés à l'équipe qui gagne par forfait (6 points pour la victoire par forfait et 2 points pour l'éthique sportive).
- 2 points sont accordés à l'équipe gagnante (1 point si nul).
- 2 points sont accordés à chaque équipe qui obtient le plus de points à chaque demie (1 point si nul).
- 2 points d'éthique sportive sont accordés à chacune des équipes (voir article 7.2)
- 0 point est accordé à l'équipe perdante.
- 0 point est accordé à l'équipe perdante par forfait.

7.2 **Points éthiques**

À chaque partie de la saison régulière, on ajoute au classement une valorisation pour le respect de l'éthique sportive, pour chaque équipe, soit :

2 points : Si l'équipe n'a aucune pénalité majeure ou antisportive ou qu'elle gagne par forfait (joueurs, entraîneurs et spectateurs cumulés).

0 point : Si l'équipe a une pénalité majeure de nature antisportive et/ou une expulsion (disqualification). Si la partie est perdue par forfait ainsi que toute dérogation majeure au code d'éthique.

Note : Aperçu des pénalités majeures répréhensibles :

- Rudesse excessive (pénalité de 15 et 25 verges).
- Conduite antisportive concernant autant les joueurs, les entraîneurs que les spectateurs.

ART. 8 ÉQUIPEMENT

Nos ligues de Flag-Football se déroule à l'extérieur

8.1 **Flag**

Les flags, au nombre de 2 par joueur, doivent être portés de chaque côté à la hauteur de la hanche, la section blanche (8 pouces x 2 pouces) à l'intérieur des bermudas ou pantalons et la partie colorée (14 pouces x 2 pouces) à l'extérieur des vêtements.

Les flags doivent être d'une couleur différente et contrastante du bermuda ou du pantalon.

Les joueurs doivent avoir leur chandail à l'intérieur du bermuda ou du pantalon en tout temps afin de donner accès au flag correctement.

8.2 **Ballon**

Un ballon des grosseurs suivantes doit être utilisé :

- Féminin 06 (junior) ou 07 (youth)
- Benjamin masculin 07 (youth)
- Cadet et juvénile masculin 09 (senior)

L'équipe à l'offensive ou l'équipe qui reçoit un botté effectué sur un « Tee » aura le choix d'utiliser son ballon.

8.3 **Protecteur buccal et orthèse**

Les joueurs doivent porter un protecteur buccal, même avec un appareil dentaire ou un appareil de type « Invisalign ».

Si un élève-athlète joue avec une orthèse (peu importe où sur son corps), elle doit être entièrement recouverte par une gaine élastique.

8.4 **Équipement défendu**

- Les cordons à la taille ne doivent pas être visibles ;
- Les ceintures ;
- Les culottes courtes avec poches, les pantalons avec poches ou fermeture éclair ;
- Une culotte courte de type « leggings » portée seule ;
- Les chaussures à crampons de métal ou de plastique usé ;
- Aucune casquette ou chapeau à cordons ne sera accepté ;

- Aucun bijou visible n'est permis.

Dans le cas du non-respect de l'article 8, la punition est de dix verges sans option pour avoir retardé le jeu et le joueur fautif doit être remplacé pour un jeu ou jusqu'à ce qu'il ait corrigé sa situation. Tout élève-athlète n'ayant pas son protecteur buccal ne peut pas participer au jeu, tant et aussi longtemps qu'il n'en a pas un en sa possession.

ART. 9 CHAMPIONNAT RÉGIONAL SCOLAIRE

9.1 Participation au Championnat régional scolaire

Les 4 premières équipes du classement final de la saison régulière participent au championnat régional scolaire. Lorsqu'il y a plus de 8 équipes dans une même ligue, les championnats se feront à 6 équipes.

9.2 Cas d'égalité en éliminatoires

Advenant qu'il y ait égalité à la fin du temps réglementaire, lors des éliminatoires, nous procéderons de la façon suivante :

Tirage au sort

Les capitaines des équipes doivent se rendre au centre du terrain pour procéder à un tirage au sort. L'équipe qui gagne le tirage au sort choisira de jouer à l'attaque, à la défense ou le côté de terrain lors de la première tentative de transformation. (Le côté de terrain restera toujours le même tout au long de la prolongation.)

Déclarer l'équipe gagnante

Chaque équipe a droit à 3 tentatives de transformation en alternant l'attaque et la défense. Les équipes peuvent tenter une transformation d'un point à partir de la ligne des 5 verges ou une transformation de 2 points à partir de la ligne des 10 verges. L'équipe ayant obtenu le plus de points après les 3 tentatives sera déclarée gagnante.

S'il y a toujours égalité après les 3 tentatives de chaque équipe, elles continueront à effectuer les tentatives jusqu'à ce que l'une des équipes ait plus de points.

Période de repos

Il y aura une période de repos de 2 minutes avant que les tentatives de transformation ne commencent. Aucune période de repos n'est accordée pendant les tentatives de transformation.

Temps mort

Il n'y a aucun temps mort d'équipe pour discuter de stratégie. Chaque équipe a droit à un seul temps mort pendant les tentatives de transformation pour vérifier l'application d'une règle.

Pénalités

Les pénalités sont appliquées selon les règles régissant les tentatives de transformations régulières.

ART. 10 RÉCOMPENSES

Une bannière locale est remise à l'équipe terminant en tête du classement de la saison régulière pour la division 3 et pour la division 4 niveau 1.

Une bannière régionale est remise à l'équipe championne du championnat régional scolaire pour la division 3 et pour la division 4 niveau 1.

En général, des médailles d'or, d'argent et de bronze sont remises aux 3 premières équipes lors du championnat régional scolaire pour la division 3 et pour la division 4 niveau 1. Les précisions sont données lors de la confection des calendriers.